Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Ростовской

области «Таганрогский педагогический лицей-интернат»

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОЕКТНАЯ РАБОТА

Тема: «МОТИВАЦИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ, КАК КОМПОНЕНТ СОЦИАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ»

Автор работы:

Чуаткина Полина 9«А» класс

Научный руководитель:

Абасова Марина Юрьевна

Педагог-Психолог

г. Таганрог

2022 год

Оглавление

Введение3

Основная часть3

1. Оформление3
2. Создание продукта3
3. Рекомендации по практическому использованию продукта3

Результаты опроса4

Заключение4

Список литературы5

**Введение**

**Актуальность работы**

Состояние здоровья подростков в настоящее время вызывает особенное беспокойство в обществе и государстве. При этом, остается нерешенной проблема мотивации к здоровому образу жизни. Что по нашему мнению может повлиять на сохранение и укрепление здоровья не только каждого человека, но и общества в целом. По этим данным обоснована актуальность нашего изучения, которое направлено на выявление мотивации учеников к здоровому образу жизни. Новизна нашего исследования состоит в том, что в основе анализа выбранной трудности лежит компетентностный подход, позволяющий связать мотивацию с необходимыми социальными умениями и способностями. Сформировать представление учащегося о выработке полезных привычек.

**Цель работы**

* Вовлечь учащихся в занятие спортом.
* Принять участие в культурно-массовых мероприятиях.
* Наполнить впечатлениями, эмоциями и радостью от правильной жизненной позиции.

**Задачи**

1. Провести опрос на тему здорового образа жизни.
2. Создать плакат.

**Основная часть**

1. **Оформление**

Для оформления презентации пользовалась компьютерной программой Word 2010 год.

1. **Создание продукта**

Так как эта тема очень интересна и полезна, мы решили нарисовать плакат для более понятного объяснения на примере.

Для создания плаката нужен ватман формата А1 или А2, мы использовали формат А2. Так же можно использовать краски гуашь или акварель, цветные карандаши, ручки, фломастеры.

1. **Рекомендации по практическому использованию продукта**

 Стоит обратить внимание на наш плакат, где все понятно описано, что значат полезные привычки и сделать выбор какую жизнь вы предпочитаете для себя. Мы рекомендуем выработать в себе полезные привычки, чтобы жизнь была здоровой и успешной.

На базе Таганрогского педагогического лицея-интерната нами был проведён опрос среди учащихся девятых классов. Всего в нашем опросе было задействовано 71 человек.

**Вопросы**

1. **Как ты оцениваешь состояние своего здоровья?**
* Удовлетворительно
* Хорошо
* Плохо
* Затрудняюсь ответить
1. **Слышал ли ты что-либо о табаке и алкоголе?**
* Да
* Нет
1. **Как выше перечисленное влияет на здоровье человека?**
* Улучшают
* Ухудшают
* Не влияют
* Не знаю
1. **Как ты думаешь, сможешь ли ты в будущем обходиться без алкоголя и табака?**
* Да
* Нет
1. **Ведёшь ли ты здоровый образ жизни, занимаешься ли спортом что бы поддерживать здоровье и фигуру?**
* Да
* Нет
* Редко

**Результаты опроса**

**Заключение**

Здоровый образ жизни на сегодняшний день очень важен. Важен для всех, детей, подростков и взрослых людей. По этому необходимо вырабатывать в каждом человеке полезные привычки для того, чтобы всегда быть физически и психологически в форме.

**Список литературы:**

1. <http://iteach.vspu.ru/07-2016/9972/>
2. [https://wiki.soiro.ru/images/ПРОЕКТ\_ОБЖ\_БЕВЗ.docx](https://wiki.soiro.ru/images/%D0%9F%D0%A0%D0%9E%D0%95%D0%9A%D0%A2_%D0%9E%D0%91%D0%96_%D0%91%D0%95%D0%92%D0%97.docx)
3. <https://videouroki.net/razrabotki/proiekt-zdorovyi-obraz-zhizni-zalogh-uspieshnoi-lichnosti.html>